Nr. 11-12 Listopad-Grudzień 1934 Rok 4

DOBRO LUDU

ORGAN DLA SPOŁECZNO-GOSPODARCZEJ KASY OSZCZĘDNOŚCI I POŻYCZEK SPÓŁDZIELNIA Z OGR. ODP. I MIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY SPRAWOM ZDROWIA LUDU

KATOWICE
UL. SŁOWACKIEGO 19
TELEFON NR. 335-05

WYDAWCA: Społeczno-Gospodarcza Kasa Oszczędności i Pożyczek „Spółdzielnia Dobro Ludu" Katowice, ulica Słowackiego 9. Tel. 33 505

Druk „Nakładowa" Będzin, Kościuszki 20.

DOBRO LUDU

ORGAN DLA SPOŁECZNO - GOSPODARCZEJ KASY OSZCZĘDNOSCI I POŻYCZEK, SPÓŁDZ. Z OGR. ODP. MIESIĘCZNIK POSWIĘCONY SPRAWOM ZDROWIA LUDU

Red. nacz. i odp.: Dr. chem. Em. Kwaśnik, Katowice, Słowackiego 19

Redakcja i Adm.: Katowice, Słowackiego 19, I. p. Tel. 335-05

Nr. 11/12 Katowice, Listopad-Grudzień 1934 r. Rok 4.

†

Dnia 14 listopada 1934 r. zmarła

ś. p. Marja Janocha

żona mistrza piekarskiego w Siemianowicach

prenumeratorka pisma naszego od 1. VI. 1931 r.

Cześć Jej pamięci!

REDAKCJA.

Znaki dla 7-miu złych właściwości charakteru.

Z poprzednich już artykułów mielismy niejednokrotnie sposobność przekonać się, że ręka nasza jest najwierniejszym zwierciadłem naszego charakteru dlatego też silniej dominujące właściwości charakteru, które całemu jestestwu człowieka nadają specjalną notę, pozostawiają aż nader dobitne ślady na ręce. Ręka zatem musi zdradzić charakter danego człowieka.

Poniżej chcę zeszkicować kilka znaków ręki, ilustrujących specjalnie złe właściwości charakteru człowieka.

1. **Kłamstwo**: W dzisiejszych czasach i stosunkach jest szczególnie ciężkie rozpoznanie właśnie tej właściwości. Właściwie to należy poprostu do dobrego tonu — okłamywać się wzajemnie. „Forma towarzyska“ stworzyła kłamstwo konwencjonalne. Okłamywujemy się wzajemnie co sił, że nieraz wprost powały się gną! —naturalnie, rozumie się, żerobimy to, z szczególnego uczucia delikatności. Towarzystwo oświadcza i tłomaczy się, że nikt prawdy nie znosi i nie lubi. Obok indywiduów towarzyskich, które dla formy kłamią, mamy dużo ludzi u których kłamstwo stało się ich drugą naturą Dlatego dość ważnem jest to, ażeby zawsze wiedizeć jak brać drugiego człowieka. A zatem bardzo wąskie spiczaste palce, krutki kciuk oraz silnie rozwinięte wzgórze księżyca — są znakami kłamstwa. Po bliższej obserwacji ręki zauważymy krótką poprzecinaną, a w środku rozgałęzioną **linję głowy** oddzieloną od linji życia, a w pośrodku jej, wiele linij biegnących wzdłuż i poprzek.

2. **Zazdrość**. Spotykamy ludzi w życiu, którzy drugiemu nie życzą soli na chleb i zazdrośnie śledzą każdy kęs aż do żołądka. Zazdrośnik ubolewa zawsze więcej nad szczęściem innych, niż własnem nieszczęściem. I w tym wypadku znajdujemy dużo różnych znaków, które nas ostrzegają. Ręka jest koścista, długa, sucha, członek paznokciowy kciuka nadmiernie długi, drugi po nim następujący natomiast krótki. Oznacza to bardzo wielki brak myślenia, który u takich ludzi zauważymy, gdyż człowiek myślący musi zazdrość zwalczać jako coś bardzo nielogicznego.

Paznokcie są bardzo krótkie, linja sercowa krótka i cienka, co równocześnie oznacza także wielki egoizm. Na specjalną uwagę w takim wypadku zasługuje silnie rozwinięte wzgórze Jowisza, zaopatrzone i poprzecinane wieloma delikatnemi linjami.

3. **Skąpstwo—chciwość**: Sciśle złączone z zazdrością jest skąpstwo. Skąpstwo jest bardzo złą właściwością, którą czyni człowieka względem siebie samego i innych bardzo zatwardziałym, niesprawiedliwym i nieludzkim. Skąpy przy swoim bogactwie odczuwa brak najpotrzebniejszych rzeczy — mówi się, że siedzi przy źródle, a nie odważy się trapiącego go pragnienia zaspokoić jedną kroplą wody. Zapyta ktoś, czy ten demon opanowujący człowieka nie uwydatnia się także w ręce? — naturalnie! Abstrahując znaki fizjognomji, znajdujemy długie bardzo chude, kanciaste, kościste na wewnątrz wgięte palce; kciuk jest skośnie zgięty w stosunku do palców. Suchą i twardą jak i dusza wygłodniała danego osobnika, jest też wprost pergamentową skóra na ręce.

Dłoń ma następujące objawy: prawie zupełnie brakuje wzgórza księżyca, wzgórze Venus jest słabo rozwinięte, zato wzgórze Merkura bardzo silnie. Równocześnie przecina wzgórze Merkura wiele kratkowych linij, które jak wiadomo oznaczają skłonność do złodziejstwa. Linja głowy przebiega prosto bez rozgałęzień aż do końca ręki. Jeśli od krótkiej linji sercowej ciągnie się szeroka bruzda do wzgórza Merkura, to skąpstwo w takim wypadku przeobraziło się już w szaleństwo.

4) **Skłonność do złodziejstwa**: Także i ten „Talent“ wkładania rąk i palców świadomie do cudzych rzeczy i gospodarowania w nich z tem, ażeby własne kieszenie dobrze zapchać potrafią odczytać i znaleźć w ręce, ludzie umiejący z rąk czytać. Posłuchajmy jakie znaki według ich mniemania oznaczają ludzi o „długich palcach“. Ludzie tacy mają zazwyczaj palce w formie łopaty, długie i chude, u trzonu szerokie. Więzadła pomiędzy członkami drugiem a trzecim u palców są najczęściej węzłowate, co jest oznaką „porządku materjalnego“. A wiemy przecież z doświadczenia, że złodzieje specjalnie zachodzą i dbają o porządek w swoich interesach materjalnych.

Pozatem jest wzgórze Merkura bardzo silnie rozwinięte i poprzecinane wieloma małemi linjami kratkowemi, dobre oko może także zauważyć krzyż (X) na tym wzgórzu. Z wzgórza

słonecznego również silnie rozwiniętego ciągną się czerwone, grube linje do wzgórza Merkura Mały palec posiada różnorodne znaki w tym wypadku Patrz obraz 12h.

5) **Skłonność do kłótliwości i gniewu**: Kant powiedział dewnego razu: „Skłonności i nawyczek nie życzy sobie żaden człowiek, któż bowiem chciałby sam zakuć się w kajdany skoro może być wolnym?“

Czy jesteśmy wolni? — ależ nataralnie — tak wolni jak lew w klatce! i w każdym z nas drzemie dzikie zwierze, strzeżone przez wychowanie, przyzwyczajenie i rozsądek! Lecz cóż znaczy wychowanie i wszystko inne, kiedy instynkt zwierzęcy się w nas odezwie i z złością wszelkie nałożone kajdany porozrywa, chciwie szukając ofiar, które prędko znajduje! Im bardziej będziemy ludzkimi, tem więcej i bardziej staniemy się panami naszych namiętności i skłonności. Slaby pół człowiek będzie zabawką swych nametności i skłonności. W całem jego jestestwie już się to uwydatnia. Ręce jego zdradzają nam też nie jedno: twarde, długie o nadmiernie długim palcu wskazującym, który jest znakiem ostrzegawczym przed naturami, złośliwemi, brutalnemi i bezwzględnemi. Paznokcie są krótkie i grube i krzywe niejednokrotnie szponowato zgięte. Kciuk odchyla jeszcze więcej. Sztywny, krótki i gruby z nadmiernie grubym członkiem paznokciowym wychyla się z pośród palców, oznaczając niemoc w opanowaniu swych skłonności i namiętności. Niebezpiecznem jest, jeśli się posiadacza takiego kciuka drażni. Nieobliczalny jest w swych nastrojach i poczynaniach. Kto spokojnie zaobserwować może ten typ człowieka, znajdzie w ręce jego silnie poprzecinane wzgórze Marsa, w które niejednokrotnie włączone są krzyże (X). Linja życia jest czerwona próżna i szeroka.

6. **Leniwość**: Właściwość ta jest bardziej rozpowszechniona niżby przypuszczać można. Ileż to cennego czasu idzie na na marne u niektórych ludzi! Wiktor Blüthgen powiedział wprawdzie: Wspinać się krok za krokiem w górę, aby z trudem osiągnąć szczyt, kto tego dokonał – ten zdobył świat. Chociaż słowa te są bardzo piękne i perspektywa ładna, to jednakże wiele ludzi nie używa i nie cieszy się nią z powodu lenistwa, gdyż wogóle nie probują się „wspinać“. Góry są także z dołu ładne, tak mówią leniwi. Wygoda ta która uwydatnia się w całym człowieku, odzwierciedla się także w ręce. Tłuste, miękkie

zazwyczaj szeroko albo spiczasto zakończone ręce są symbolem ludzi leniwych. Wąskie palce zdradzają rozleniwienie — równomiernie gładka forma wskazuje na brak zainteresowania do porządku materjalnego, kciuk jest mało rozwinięty, członek paznokciowy krótki, co oznacza charakter łatwo ulegający wpływom obcym i bardzo słaby. Bardzo miękką dłoń ręki przecina krótka linja głowy, która oznacza małą inteligencję. Linja życia jest słabo zaznaczona, cienka i mało zabarwiona — znak małej siły życiowej i chęci do życia. Gładkie wzgórze Jowisza ukazuje się bardzo mało lub wcale. Oznacza to brak ambicji. Leniwiec mało wagi kładzie na wszelkie takie rzeczy i właściwości jak, porządek w sposobie życia, pobudki do rozwoju woli i czynów. Życie jego jest bezmyślnym snem między wczorajszym dniem a jutrzejszym.

7. **Zmysłowość**: Od zdrowej zmysłowości nie powinniśmy się uchylać, lecz zawsze tyle siły charakteru posiadać, aby być panami naszych czynów i myśli. Aristipp trafnie powiedział kiedyś: o zmysłowości — „ja ją mam, ale ona mnie niema.“ Także Seneka, doradza posługiwać się zasobami zmysłowości, ale im nie służuć. Jednakże czy zmysłowe natury zważają na jakiekolwiek argumenty i filozoficzne mądrosci? Zmysłowość żąda użycia. Zmysłowością opanowane ręce chcą wnikać w obce dziedziny, ciągle nowe kwiaty zrywać i odurzać i oszałamiać się ich zapachem.

Krótkie, gładkie, tłuste miękkie ręce dążą i pożądają tych rzeczy; szeroka dłoń oznacza rozrywki życiowe materjalne. Kciuk jest krótki i giętki, jak większość zresztą używek miłosnych, po których następuje i odczuwa się nieraz wprost obrzydzenie. A dłoń? Silnie i pełno zarysowuje się ponad tysiącami linij i bruzd, poprzecinane wieloma rysami i linjami kratkowemi wzgórze Venus. Z wzgórza Jowisza do wzgórza słonecznego ciągnie się mniej lub więcej poprzerywany węzeł Venus, który oznacza nienaturalne właściwości i zmysłowosć.

Dość długa linja życia jest zazwyzzaj podwójna o zabarwieniu czerwonawem. Sąd nasz jeszcze bardziej się potwierdza jeśli jedna gałęź z linji życia biegnie do wzgórza Venus, co oznacza skłonność do niechlujstwa. To samo zdradzają rozgałęzione linje między linją glowy i życia. Szeroka blada, łańcusz-

kowata przerwana linja sercowa oznacza niestałość i nieporządek w sprawach miłosnych.

Pozostawmy jednakże już to — dość.

Skończyłem. A teraz gotów jestem stawiać opór i prowadzić polemikę z przeciwnikami, którzy sądzą, że dałem nowe pożywienie zabobonowi. W żadnym wypadku. Nikogo nie chcę artykułem moim wyprowadzać z równowagi, a nie zaszkodzi to wcale jeśli żyjąca generacja dowie się coś niecoś o myśleniu, i wiedzy wymarłej. Może z czasem stanie się Nitsche'go powiedzenie — słowem wstępnem, nowoczesnej psychologji: „Jakoby ręka nie była zdrajcą!“

Spis najgłówniejszych znaków znamionujących choroby.

1. **Stwardnienia reumatyczne** znajdujemy zawsze jeśli ręce, a specjalnie palce są twarde lub pokrzywione

2. **Abortus** (z własnej woli — skrobanki i t. p.) Linja o kształcie 1/4 koła biegnąca z rozdziału pomiędzy wzgórzem Jowisza. a palcem Saturna, aż do środka wzgórza Jowisza Tablica 21/47.

3. **Astma** (płucna): długie paznokcie wypukłe w stosunku do długości, wilgotne ręce. Obraz 2 h (sercowa — astma) krótkie paznokcie ewtl. z boku w rodzaju szponów, suche ręce. Proszę w obu wypadkach zważać na linję głowy i serca, czy biegną do siebie w półkolu. Tablica 14/5. Obraz 2 b i h.

4. **Choroby ócz przez zapalenia:** Półgwiazdka na końcu linji głowy:, ewtl. czerwona kropka na linji głowy. Tablica 16/18.

5. **Choroby ócz przez okaleczenia**: Gwiazdka, czerwona kropka albo pierścień na linji głowy, lub pierścień wzgl. czerwona kropka przy korzeniu palca słonecznego. Tablica 16/17:

6. **Ciężarność:** Tablica 26/88.

7. **Słabe nogi**: Podpadające zwężenie dolnej części trzeciego członka palca słonecznego. Obraz 7/26 kropkowany.

8. **Słabość pęcherza**. Jedna lub dwie linie biegnące w poprzek wzgórza Jowisza. Silnie rozwinęta dolna część wzgórza księżycowego. Tablica 17/19.

9. **Kamienie w pęcherzu lub piasek**: Delikatne kropkowe połączenia na linji serca pod palcem Merkura. Tablica 20/37.

10. **Zaburzenia ślepej kiszki**: Mała tarcza pomiędzy linją życia i głowy z kierunkiem do wzgórza Merkura lub Marsa. Obraz 15/7.

11. **Brak krwi**: Blade paznokcie, często jednakże także przy za bardzo białej skórze. Blade linje.

12. **Krwawienia**: za silne u kobiet: Skośne przecinające linje przez dolną część palca Merkura. Tablica 22/52.

13. **Krwotoki**: Skłonność do nich, mała figurka, jak 8 leżąca na dolnej części linji życia z kierunkiem na wzgórze księżyca. Tablica 20/41.

14. **Cierpienia bronchialne**: Paznokcie które są taksamo długie jak szerokie, lecz nieco wypukłe. Krzyż pomiędzy początkiem linji życia i głowy, ewtl. do tego rozstrzępiona gałęź na wzgórzu Marsa. Tablica 17/21 Obraz 2 X. Gdzie się znajdują cierpienia bronchialne tam ukazują się też cierpienia podbrzusza. Zmienne działanie i promieniowatość. Obraz 2 X.

16. **Nieżyt jelit**: Podłużne linje na paznokciach, cienkie poprzerywane linje żołądka, lub gałęź z linji żołądka do wzgórza Marsa. Obraz 2/5.

16. **Zapalenie — gorączka jelit**: Niebieska kropka na gałęzi wychodzącej z linji żołądka i kończącej się na wzgórzu Marsa.

17. **Krawienie kiszek**: Hemoroidy: Na tej samej gałęzi czerwona kropka.

18. **Flegma w krwi**: lub muskulach: Zielonkawe zabarwienie paznokci.

19. **Cierpienia jajników**: Linja życia sięga końcem poza środek korzenia ręki aż do wzgórza księżyca. Tablica 22/50.

Patrz także paznokcie. Obraz 2X Zabiegi przy cierpieniach kobiecych patrz pod 2.

20. **Epilepsja**: Linja głowy skłaniająca się na wzgórze księżyca, gwiazdka na dolnej części wzgórza księżyca. Odgałęzienie w dolnej części zgięcia palca Saturna.

22. **Zaśnięcie wiązadeł macicznych**: Linja ca. 2 cm. długa wychodząca z dolnej części zgięcia palca Jowisza i biegnąca pionowo koło wzgórza Jowisza. Tabl. 21/44.

22. **Skłonności do padaczki**: Linja głowy biegnąca głęboko w wzgórze księżyca, skłania do uczuć zawrotów przez napływ krwi do mózgu, jeśli wzgórze księżyca jest silnie rozwinięte. Przez brak krwi w mózgu, jeśli wzgórze księżyca jest słabo rozwinięte i płaskie, a paznokcie blade. Tablica 15/7.

23. **Poronienia**: Małe, skośne linje lub odgałęzienia z dolnej części zgięcia palca Jowisza wychodzące, a biegnące w kierunku do brzegu ręki. Tabl. 21/43.

24. **Liszaje**: lepiej — **niezaniczyszczeniakrwi**: Podłużne linje z miejscowemi zgrubieniami na paznokciach. Obraz 2t.

25. **Skłonności do gorączki**: rozpoznać możemy, jeśli ręka pokryta jest wieloma delikatnemi liniami. Czerwona skóra, silnie rozwinięte wzgórze Marsa. Gorączkowe choroby jak: żarnice, grypa, zalapenia płuc i t d. choroby dziecięce rozpoznać można przez małe linje, które biegną z górnej części wzgórza Venus do linji życia. Obraz 25/70—71.

26. **Cierpienia żółci**: Złamana linja żołądkowa, której dolne części są w zabarwieniu ciemniejsze. Obraz 16/14.

27. **Kamienie żółciowe albo piasek**: Małe żółte lub brunatne kropki na linji serca pod palcem słonecznym. Tabl. 16/15.

28. **Żółtaczka**: Żółte linje, żółte paznokcie. Specjalnie żółta linja sercowa.

29. **Słabość umysłowa**: może powstać przez zażywanie arszeniku. Linja Neptuna o białym metalowym połysku. Tabl. 18/28.

30. **Cierpienia nerwów mózgu**: (ogólne) Czerwona kropka na wzgórzu Merkura.

31. **Rozmiękczenie mózgu**: (paralyse) Wielka tablica na linji głowy (pod palcem słonecznym) w którem rozgałęzione

końce się krzyżują. Nieraz rozpoznać można tablicę tę w formie ściśniętego kwadratu. Jeden z przodków cierpiał na tę chorobę. Zaznaczyć trzeba, że posiadacz tego znaku nie musi zachorować na tę chorobę, będzie jednakże stale cierpiał na silne bóle głowy. Tablica 23/58.

32. **Zwapnienie mózgu**: Także i te osoby cierpią na silne bóle głowy przez pewien czas — trwać to może także lata. Później znikają nagle. Tabela 15/9 — Tabl. 26/76a zwapnienie żył.

33. **Udar mózgu**: Śmierć przez udar mózgu. Nagłe zniknięcie linji głowy (bez tego, żeby jakaś z linji tworzyła jej zakończenie. Nagle kończąca się linja życia, ręce grube, silne i ciężkie oraz twarde.

34. **Porody — uciążliwsze**: Wypukła do środa ręki pierwsza linja — rasceta, rozstrzępiono kończąca się linja sercowa. Tablica 18/29.

35. **Trucizny** wprowadzone do organizmu. Linja Neptuna. Tabl. 18/26. **Trucizny** odziedziczone z urodzenia — pozioma linja Neptuna. Tablica 22/53.

36. **Cierpienia gardła**: Małe pionowe kreskowe linje pomiędzy linją głowy i życia. Widelcowata linja na wzgórzu Marsa. Patrz paznokcie jak nr. 14. Tablica 26/77.

37. **Operacja gardła**, migdały: Pozioma wyspa na wzgórzu Jowisza i Saturna. Obraz 14/5. Patrz także paznokcie jak pod nr. 14 opisano i znaki na cierpienia podbrzusza. Obraz 2/X.

38. **Kwas moczowy**: zawsze znajdujemy w wielkiej ilości, jeśli wzgórze księżyca jest dobrze rozbudowane. Stąd też reumatyzm. Tablica 18/26.

39. **Wypadanie włosów**: specjalnie u kobiet. Za wielkie wzgórze Jowisza Tabela 23/55.

40. **Słabość nerwu sercowego**: (neurosa). Jeśli brak lub są bardzo małe księżyce paznokciowe. Nieco łańcuszkowata linja serca. Tablica 14/1.

41. **Nabrzmienia serca i żył**: Za szeroka linja sercowa. Tablica 14/2.

42. **Błąd sercowy**: — organicznie — przyrodzony: Połamana linja sercowa. Tablica 14/3.

43. **Błąd sercowy:** organicznie — powstały: Krótkie linje kreskowe na linji serca. Tablica 19/34.

44. **Kurcz sercowy** — skłonności: Niebieska kropla lub plamka na linji serca. Tablica 19/35.

45. **Udar serca**: Nagle pod wzgórzem kończąca się linja serca. Tablica 19/36.

46. **Przepuklina**: Tablica 22/50.

47. **Obłąkanie**: Linja głowy rodzielona pod wzgórzem Saturna oznacza zawsze skłonności do obłąkania, jeśli znajduje się w prawej ręce. Jeśli jest w lewej ręce niebezpieczeństwo nie jest takie wielkie. Tabl. 15/10. **Znaki,** które rozwijają skłonność tę, lub wskaźnik skąd i z czego ono pochodzi. Tabl. 15/11. Krzyż Andrzeja na wzgórzu Jowisza: !Przedrażnienie nerwów głowy. Gwiazda na wzgórzu Saturna: Okaleczenia przez nieszczęśliwy wypadek. Gwiazda na wzgórzu Marsa, okaleczenia przez napad. Kraty na wzgórzu słonecznem: obłąkanie Gwiazda na wzgórzu księżyca. Upadek. Gwiazda na wzgórzu Venus — smutna historja miłosna. Wielka wyspa na drugiej części linji głowy: Silne bóle głowy. Linja głowy za głęboko wchodząca w wzgórze księżyca: rozgoryczenie, melancholja, przesyt życiowy lub ataki kurczowe.

48. **Słabosć kości**: Cienkie słabe paznokcie. Obraz 2 q.

49. **Bóle głowy**: Powód z żołądka: Dużo małych linji na polu żołądkowem. Tabl. 14/4 ponad i wokoło środka linji głowy.

50. **Skłonności do kurczy**: Falowata linja żołądka, ciemna kropka na wzgórzu Saturna, zniekształcona gałęź na linji żołądka do wzgórza Saturna Tablica 20/40.

51. **Choroba raka**: Wyspa w ostatniej części 1/5 linji życia lub trójkąt na temsamem miejscu przy linji życia. Tablica 24/64.

52. **Skłonności do raka**: Patrz paznokcie rakowe. Obraz 2 m.

53. **Paraliż**: skłonności: Linja sercowa od brzegu do brzegu bez lub z połączeniem linji głowy i życia. Tablica 19/31. Uważać na paznokcie o zagiętych na zewnątrz brzegach Obraz 2 n.

54. **Cierpienia wątroby**: Żółta lub żółtawa skóra. Linja odgałęziona w dolnej części zgięcia palca Jowisza, poprzerywana

linja żołądkowa. Tablica 16/13. Uważać na wyspy na linji żołądka. Znak odziedziczenia Obraz 15/12. Oprócz tego: Zgięty pierwszy członek palca Jowisza przy prawej ręce. Obraz 3/1.

55. **Cierpienia płucne**: Wyspa pionowo na wzgórzu Jowisza, przy linji, która wychodzi z linji życia. Tabl. 15/12. Obraz 14/4.

56. **Silne płuca i słabość ich**: Patrz obraz 3/9. Myszka na górnej części ręki.

57. **Nerwica żołądka**: Dużo małych delikatnych linij na polu żołądkowem. Tablica 14/6. Uważać linję dziedziczenia na linji żołądka Obraz 16/15 ewtl. także drugi węzeł na palcu Saturna. Obraz 3/4.

58. **Żołądek i wątroba**: Tablica 24/61.

59. **Cierpienia śledziony**: Skłonność do tego istnieje, jeśli pierwszy członek palca Jowisza u lewej ręki jest zgięty. Linja żołądka biegnąca z wzgórza księżyca, dużo małych linji i znaków w dolnej części wzgórza księżyca. Tabl. 17/20.

60. **Cierpienia nerek**: Paznokcie nerkowe. Obraz 2/1 linja żołądka z nagłemi załamaniami. Kwadrat znajdujący się na górze wzgórza księżyca Tablica 16/14. Karminowo czerwone plamy na ciepłych rękach: Momentalne niedyspozycje nerek i serca.

61. **Reumatyzm:** Wielkie wzgórze księżyca, dwie krótkie pionowe linje pomiędzy palcami Jowisza i Saturna. Tabica 18/26.

62. **Zgrupienie krwi**, paznokcie, kolor linji zmiennie czerwony i blady.

63. **Organy sexsualne**: u mężczyzn: skrzywione małe palce (palec Merkura — obraz 3/7. Płaskie wzgórze Venus. U kobiet (cierpienia macicy, opuszczenia). Pierwszy członek palca Merkura do wewnątrz wgięty. Obraz 3/7. Uferusknichung, zgrubienie, lub zesztywnienie drugiego węzła (pomiędzy drugim a trzecim członkiem) palca Merkura. Obraz 3/8.

64. **Zaburzenia w trawieniu:** Zgrubiały węzeł pomiędzy członkiem drugim a trzecim palca Saturna. Obraz 3/4. Poprzerywana wielokrotnie linja żołądka. Tablica 16/13. Uważać na nieżyt jelit, zaburzenia żołądkowe. Tablica 17/22.

65. **Upławy**: Linja o dług. 1—2 cm. na wzgórzu Jowisza, wychodząca z linji serca i biegnąca do środka palca Jowisza, bez naruszenia członka zginającego. Ten sam znak oznacza katar przewodów moczowych. Patrz pod 38. Tablica 22/49.

Nagniotek (odcisk).

Ileż to razy zdarzyło się już każdemu z nas, że niejeden przyjemny spacer lub szczęśliwie spędzane godziny uprzykszał nam nieznośny nagniotek. Co to jest nagniotek właściwie zapytałby ktoś? — otóż nagniotkiem zwiemy zgrubienia warstwy rogowej skóry o okrągłym kształcie. W pośrodku znajduje się tak zwany korzeń, który przez ciśnienie wpychany zostaje do warstw głębszych i wywołuje przytem nieraz nieznośne bóle. Nagniotki tworzą się w miejscach wystawionych długi czas na stałe ciśnienie, któremu odpowiada contr-ciśnienie, przez głebiej położone kości lub silne mięśnie oraz ścięgna. Częstem powodem tworzenia się nagniotków jest nieodpowiednie obuwie, gdyż po części ze względów nieuzasadnionych nosi się trzewiki za wąskie i spiczaste. Ciasne pończochy mogą także być powodem tworzenia się nagniotków w miejscach gdzie palce są do siebie zwrócone. Nieodpowiednie obciążenie podbicia nogi, przez noszenie trzewików o bardzo wysokich obcasach względnie skłonność do tak zwanych „płaskich nóg“ lub „platfusów“ i opuszczenie się stopy, mogą być powodem powstawania nagniotków na przodzie stopy pod palcami. Leczenie nagniotków polega przedewszystkiem na usunięciu skóry rogowej. Do tego najlepszym środkiem jest gorąca kąpiel mydlana nóg, poczem próbuje się usunąć stwardniałą skórę przy pomocy kwasu salicylowego lub mlecznego. Bardzo dobre też są plastry znajdujące się w handlu, lub pierścienie na nagniotki. Po użyciu środków usuwających skórę, czy będzie to tynktura którą trzeba przez kilka dni smarować, czy też będzie to plaster, który pozostawić musimy przez kilka dni na nagniotku, kąpie się potem znowu nogi w ciepłej wodzie, poczem bierze tępy instrument i zeskrobuje tyle stwardniałej skóry ile się da. Po pewnym czasie trzeba znowu użyć środków usuwających, które podałem wyżej.

Jeśli przy głęboko zakorzenionych nagniotkach nie osiągniemy pożądanego skutku przez medykamenty, to trzeba usunąć nagniotki zabiegiem chirurgicznym. Zabiegi te winien wykonywać lekarz, gdyż przez najdrobniejsze zanieczyszcenenie przy wykrawaniu nagniotka samemu, czy to brzytwą lub innym jakimś podobnym instrumentem, mogą powstać zapalenia wywołujące ciężkie i niebezpieczne zakażenia krwi. W ostatnich czasach osiąg

nięto znakomite rezultaty przez naświetlania radiowe. Ten sposób leczenia może być przez każdego wykorzystywany bez jakiejkolwiek szkody.

Zapobiec tworzeniu się nagniotków możemy przez noszenie odpowiednich i wygodnych trzewików, oraz nie za wąskich pończoch. Przy płaskich nogach „platfusach“ lub opuszczonych stopach trzeba nosić wkładki odpowiednie. Tylko przez zmianę istniejącego ciśnienia i obciążenia, możemy zapobiec powtórnemu tworzeniu się nagniotków.

Hemoroidy.

Dolna część kiszki odchodowej posiada siatkę z żył, która ma za zadanie niwelowania nacisku kału na błonę śluzową. Rozszerzone węzły czerwono-sine lub nabrzmienia siatki żylnej w wielkości pestki z czereśni lub śliwki, zwiemy hemoroidami. Jeśli węzełki żylne znajdują się wewnątrz kiszki, to mówimy o hemoroidach wewnętrznych, lub jeśli znajdują się zewnątrz to tworzą najczęściej cały wieniec małych węzełków wokoło odbytu. Hemoroidy powstają jak wszystkie zresztą rozszerzenia żylne np. żylaki, z powodu specjalnie słabej budowy żylnej. Przyczyniają się do tego też zgrupienia krwi powstające na skutek ogólnego zakłócenia w obiegu, nabrzmienia, chroniczne zapalenia podbrzusza, ciężarność u kobiet, jak przedewszystkiem uparte zatwardzenie - obstrukcja.

Przez długie pozostawanie kału w kiszce, staje się tenże przez odprowadzanie wody do krwi coraz twardszy, przez co coraz więcej ciśnie na żyły. Na końcu kiszki zbiera się coraz więcej krwi, która nie może odpłynąć z powodu nagromadzenia, a na skutek zwiększonego ciśnienia jej rozszerzają się naczynia. Nadmierne używanie kawy, herbaty i napojów alkoholowych oraz spożywanie mięsa, sprzyja rozwojowi hemoroidów, gdyż przez te używki staje się krew gęstszą. Także brak ruchu i siedzący tryb życia sprzyjają rozwojowi, gdyż prowadzi on do zgrupień krwi.

Objawy tej choroby są niemiłe i przykre i ukazują się przez swędzenie, palenie i kłójące bóle w okolicy odbytu, przedewszyst-

kiem jeśli węzełki znajdują się w stanie zapalnym. Cierpienie to objawia się częstem wrażeniem fałszywem, że trzeba kiszkę opróżnić, co jest bardzo bolesne, a przy katarze kiszki odchodowej prowadzi do wydzielania śluzu. Wydawanie kału jest bardzo bolesne, a przez ciśnienie przy wypróżnaniu następuje większy nacisk na węzełki napełnione krwią, przyczem nieraz jeden z nich pęka i wtedy następuje krwawienie hemoroidalne, które widzimy na kale pokrytym krwią. Przez krwawienie to traci się nieraz kilka łyżek krwi aż do ½ litra. Małe krwawienia nie są niebezpieczne skoro jednakże zauważymy częste krwawienie mniejsze lub większe, to wywołują one z czasem brak krwi w organizmie i osłabiają go coraz bardziej. Po ukazaniu się pierwszego krwawienia następuje uspokojenie dolegliwości, a węzełki tracą swoje nabrzmienia. W gwarze ludowej nazywa się krwawienie hemoroidalne „złotą żyłką“.

Zdarzyć się też może, że przy ciśnieniu przy wypróżnianiu kiszki jeden z wewnętrznych węzełków zostaje uwięziony przez muskuł zamykający.

Palcem posmarowanem tłuszczem można węzełek znowu wsunąć do środka. Przy lekceważeniu i zaniedbaniu tego cierpienia mogą powstać ropienia i wrzody, które powodują bolesne ropne zapalenia żylne, związane z gorączką i ogólnem niedomaganiem. Pomijając leczenie ogólnego niedomagania, możemy zapobiec hemoroidom przez niedopuszczenie do zgrupienia się krwi. Dlatego zaleca się spacery, gimnastykę w pokoju i ćwiczenia cielesne regularnie przedsiębrać. Unikać jednak należy jeżdżenia konno i na rowerze. Przez używanie wody np. w formie obmywań, kąpieli siedzących lub kąpieli nóg, możemy obieg krwi doskonale skutecznie pobudzić. Także kąpiele powietrzne są doskonałe. Racjonalnem odżywianiem się musi być regulowana czynność kiszki. Pożywienie winno się składać przedewszystkiem z jarzyn, owoców, czarnego chleba, masła, miodu i kwaśnego mleka, przyczem unikać należy potraw zaprawionych silnie korzeniami.

Jeśli osiągnąć nie możemy regularnego stolca (1x dziennie) przez pożywienie to można używać gorzką wodę lub sól karlsbadzką. Przy bardzo ciężkich zaparciach poleca się od czasu do czasu używać płuczki z oleju (podgrzanej). Zimne płuczki

są doskonałe przy zapalonych węzełkach i pobudzają wyśmienicie kiszkę do pracy, robi się je przy pomocy piłki gumowej o objętości 50 — 100 cm., zaopatrzoną w odpowiednią kankę — wodą o temperaturze pokojowej. Przez ściągnięcie się odbytu zapobiega się natychmiastowemu wypróżnieniu, woda płynie w górę kiszki i parcie ustaje. Przez płuczkę pobudza się kiszkę a wydzielanie kału następuje bez żadnych trudności, bo kał został przez wprowadzoną wodę rozmiękczony. Przez wprowadzanie do kiszki środków kojących ból w postaci maści lub czopków, można znacznie poprawić stan hemoroidów, które z czasem mogą zupełnie zniknąć, o ile uregulowana zostanie czynność kiszki. W ciężkich wypadkach, kiedy leczenie medykamentami nie pomaga, można usunąć węzełki hemoroidalne przez wstrzyknięcie substancyj niszczących je. Bardzo ważnem do utrzymania zdrowia jest codzienna pielęgnacja nietylko jamy prowadzającej pożywienie, ale i wyprowadzającej je. Zająć się też należy pielęgnacją odbytu. Oczyszczanie zatem odbytu po wydzieleniu kału winno odbywać się przy pomocy miękkiego niezadrukowanego papieru. Jeszcze lepszem jest mokra wata do otarcia, a do osuszenia sucha. Potem należy kiszkę (odbyt) nasmarować maścią lub oliwą.

Przy silnem swędzeniu odbytu zaleca się przez noc obkłady z wody borowej lub ołowianej

Chociaż skłonność do rozszerzań żylnych pochodzi z układu samego ciała, względnie z dziedziczenia, to tworzeniu się hemoroidów zapobiec można przez racjonalny sposób życia. Pożywienie odpowiednie, regularne ćwiczenia ciała, oraz przynajmniej 1x dziennie opróżnienie kiszki, z następującą potem pielęgnacją odbytu, są najlepszą rękojmią zapobiegania i wyleczenia hemoroidów.

Polecamy następujących lekarzy-dentystów, i dentystów, u których się członkowie „DOBRO LUDU“ mogą bezpłatnie leczyć:

KATOWICE:

Lowak Wiktor, dentysta, ul. 3-go Maja 22.
Przybilla Walter, dentysta, ul. Opolska 3.
Koisar Alfred, dentysta, ul. Żwirki i Wigury 20.
Ebel Erwin, dentysta, Załęże, ul. Wojciechowskiego 106.
Stauber Ewald, dentysta, Dąb ul. Szpitalna 6.
Lorenz, dentysta, ul. Kochanowskiego
Solloch Walter, dentysta 3-go Maja 34.

KRÓL. HUTA:

Kowalski, dentysta, ul. Jagiellońska 3.
Teresiński, dentysta, ul. Wolności 35.
Fanty, dentysta, ul. Wolności 31.
Dussa, dentysta, ul. Wolności 33.

WEŁNOWIEC:

Bartelmus Hugon, dentysta, ul. Bedera 59.

SZOPIENICE:

Seweryn Alojzy, dentysta, 3-go Maja 4.

MICHAŁKOWICE:

Luchs Izydor, dentysta, ul. Kościuszki 44.

RUDA:

Łazowert Paweł, dentysta

MYSŁOWICE:

Sowa, dentysta, ul. Katowicka 9a.

BIELSZOWICE:

Ługiewicz, dentysta, ul. Główna 126.

WIELKIE HAJDUKI:

Wieczorek, dentysta, ul. Krakowska 107.

TARN. GÓRY:

Gerhard Bönisch, dentysta, ul. Kolejowa 4.

BRZEZINY:

Stefan Maczkowski, dentysta, ul. Warszawska 10.

SZARLEJ:

Wachsmuth Herbert, dentysta, ul. Piekarska 33.

ŚWIĘTOCHŁOWICE:

Ługiewicz Paweł, dentysta, Wolności 23.

SIEMIANOWICE:

Rurański Jerzy, dentysta ul. Sobieskiego

KOŃCZYCE:

Kulik Gerhard, dentysta

Nr. 11-12 November-Dezember Jahrg. 4

DOBRO LUDU

VOLKSWOHL

ZENTRAL-ORGAN FÜR DIE SPAR. U. DARLEHNSKASSE. GENOSSENSCHAFT M. B. H. UND MONATSSCHRIFT FÜR VOLKS-GESUNDUNG. — —

KATOWICE
UL. SŁOWACKIEGO 19
TELEFON NR. 335-05

DOBRO LUDU
(VOLKSWOHL)

Zentral-Organ für die Spar- und Darlehens-kasse, Genossenschaft m. b. H. und

:-: Monatsschrift für Volksgesundung :-:

Verantwortl. Schriftleiter: Dr. chem. Em. Kwaśnik, Katowice. Słowackiego 19 — Tel. 335-05.

Redaktion und Administration Katowice, ul. Słowackiego19. I Etage.

Nr. 11/12 Katowice, November—December Jahrg. 4

Medizinische Handlesekunst und das Wahrsagen aus der Hand firtsetzung aus Heft 12. Jahrgang 3. Heft 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7/8 Jahr. 4.

Die Kennzeichen für 7 böse Eigenschaften.

Ist die Hand wirklich der getreue Spiegel des Charakters, so müssen auch stark hervorstehende Charaktereigenschaften, die schliesslich doch dem ganzen Wesen des Menschen eine besondore Note verleihen, in der Hand bestimmte unträgliche Spuren hinterlassen. Die Hand muss also den Charakter verraten.

Hier sollen die Wahrzeichen der Hand für einige besonders tadelnswerte Eigenarten der Menschen kurz skizziert werden:

1. **Die Lügenhaftigkeit.** Heutzutage ist's ja besonders schwer, gerade diese hässliche Untugend rechtzeitig zu erkennen. Es gehörrt förmlich zum guten Ton, sich gegenseitig nach Kräften anzulügen. Der „Gesellschaftliche Takt" hat die konventionelle Lüge geschaffen. Man lügt, dass die Balken biegen. Aus besonderem—Zartgefühl, versteht sich. Weil niemand die Wahrheit vertragen kann, so sagt die Gesellschaft. Neben diesen Gesellschaftstierchen, die anstandshalber lügen, giebt es vieler Leute, denen die Lügenhaftigkeit überhaupt zur zweiten Natur geworden ist... Und wichtig genug ist's immer zu wissen, wo-

ran man mit seinen Mitmenschen ist Also: finden wir bei einem Menschen sehr spitze Finger, einen kurzen Daumen sowie einen stark entwickelten Mondberg, so deuten diese Zeichen auf Lügenhaftigkeit.

Eine nähere Inspektion der Hand zeigt uns dann noch eine kurze, unterbrochene und in der Mitte gegabelte **Kopflinie,** die von der **Lebenslinie** getrennt, und deren Zwischenraum mit vielen kreuz und querlaufenden kleinen Linien versehen ist.

1. **Der Neid.** Es gibt angenehme Zweihänder, die dem anderen nicht das Salz für das Brot gönnen und scheelsüchtig jeden zum Munde geführten Bissen bis in den Schlund hinein verfolgen. Der Neid jammert mehr über anderer Glück, als über sein eigenes Unglück. Auch hier gibt es verschiedene Anzeichen, die uns zu grosser Vorsicht mahnen. Die Hand ist knochig, lang und trocken, das Nagelglied des Daumens ist ungewöhnlicht lang, das zweite dagegen kurz. Dies deutet also auf einen empfindlichen Mangel an Logik, der bei diesen Leuten auch unbedingt vorhanden ist, denn ein denkender Kopf muss den Neid als etwas unlogisches ablehnen.

Die Fingernägel sind sehr kurz, die Herzlinie ist dünn und kurz, was gleichzeitig auch auf grossen Egoismus deutet. Noch besonders zu beachten ist der stark entwickelte und mit feinen Linien durchzogene Jupiterberg.

3. **Der Geiz.** Eng verwandt mit dem Neid ist der Geiz. Eine niedrige Leidenschaft, die den Menschen gegen sich selbst und andere hart, ungerecht und unmenschlich macht Bei seinem Reichtum leidet der Geizige Mangel am Nötigsten; er sitzt an sprudelnder Quelle und getraut sich nicht, den quälenden Durst mit einigen Tropfen zu laben. „Er schont den Stärketrank, oft wenn er am besten labt, stiehlt sich die Pulver selbst und steckt sie unter das Kissen, wo er mit dieb'scher Faust das Gold von Pillen schabt.“ Sollte dieser den Menchen beherrschende Dämon nicht auch in der Hand seine Visitenkarten abgegeben haben? — Gewiss! Abgesehen von anderen physiognomischen Zeichen finden wir lange, dürre, sehr magere, eckige, knolige und nach innen gekrümmte Finger: der Daumen ist schräg gegen die Finger gebogen. Trocken und hart wie die stets ausgehungerte Seele ist auch die von einer gefurchten pergamentartigen Haut überzogene Hand.

Die Handfläche zeigt folgende Eigentümlichkeiten! Fast gänzlich fehlt der Mondberg, der Venusberg ist schwach entwickelt, der Merkurberg dagegen sehr stark. Gleichzeitig gehen über den letzteren viele gitterartig gezeichnete feine Linien, die bekanntlich Neigung zu Diebstahl verraten sollen. Die Kopflinie geht als gerade, unverästelte Linie durch die Palma bis zum Handrande. Zieht sich von der kurzen Herzlinie eine breite Furche zum Merkurberg, so ist der Geiz schon zu einem „gelinden Wahnsinn“ ausgeartet.

4. **Neigung zu Spitzbübereien.** Auch dieses „angenehme Talent“, mit den Fingern in fremder Leute Sachen zielbewusst und gewandt herumzustochern und dannn recht gefüllt in die eigene Tasche zu dirigieren, wollen die Handlesekünstler aus den Händen lesen können. Hören wir, welche Anzeichen nach ihrer Ansicht dafür sprechen. „Langfinger“ haben gewöhnlich spatelförmige, lange und magere, an dem Wurzelgliede breite Finger. Die Verbindungsgelenke zwischen dem zweiten und dritten Gliede sind meist knotig, was auf „materiele Ordnung“ hinweist. Und abzuleugnen ist ja nich, dass Spitzbuben für die „Ordnung ihrer materiellen Interessen“ unter Umständen ganz Erkleckliches leisten.

Ferner ist den Merkurberg senr kräftig entwickelt und von vielen kleinen Gitterlinien durchzogen, auch ein Kreuz (X) erkennt das beobachtende Auge auf diesem Berge. Von ebenfalls stark hervortretenden Sonnenberg ziehen sich rote dicke Linien in den Merkurberg hinein. Der kleine Finger ist mit verschiedenen krausen Zeichen versehen. Siehe Abb. 12 h.

5. **Streit und Händelsucht**. Kant sagte einmal: Leidenschaften wünscht kein Mensch, denn wer wollte sich in Ketten legen lassen, wenn er frei sein kann?

Sind wir frei? Gewiss, — so frei wie der Tiger im Käfig! Und in jedem von uns schlummert das wilde Tier bewacht von der Erziehung, Gewöhnung nnd Vernunft Doch ach, was vermögen alle diese Dinge, wenn die Bestie in uns erwacht, wütend und schaubend alle mühsam angelegten Ketten zersprengt und rasend vor blutdürstigem Verlangen, nach Opfern späht. die bald gefunden sind. Je rein, menschlicher wir sind, desto mehr sind wir Herr, unserer Leidenschaften: der dahn dämmernde Halbmensch dagegen ist ein Spiel seiner Triebe. Und schon in

seiner ganzen Organisation muss sich das wiederspiegeln. So verraten uns auch die Hände mancherlei: Harte, lange Hände sind's mit übermässig langem Zeigefinger, der als warnendes Zeichen den selbstsüchtigen, brutalen, und grausamen Grundzug des betreffenden Wesens enthüllt. Die Nägel sind kurz, dick, und krumm, zuweilen auch klauenartig gebogen! Der Daumen zeigt noch mehr. Starr, kurz, und dick, mit enorm plumpen Nagelglied steht er den Fingern drohend gegenüber und kündet die Unbezähmbarkeit der Begierden und Leidenschaften an. Wehe, wenn der Träger dieses Daumens gereizt wird. Unberechenbar sind seine Stimmungen und Empfindungen. Der flackernde Jähzorn packt den Rasenden und die Hand zeichnet dann blutige Taten. Wer diesen Zweihändler geruhsam beobachten kann, findet einen stark gefurchten und gewölbten Marsberg in den oft noch Kreuze hinein gemeisselt sind Die Lebenslinie ist rot, hohl und breit.

6. **Die Trägheit** disse Untugend ist weiter verbreitet, als man glaubte. Wieviel kostbare Zeit wird doch von vielen mit der Zeit vertrödelt. Zwar sagte Wiktor Blüthgen einmal: „Klettern nur Schritt bergan, wer mit Mühe den Gipfel gewann, hat auch die Welt zu Füssen zu liegen“. So schön diese Perspektive auch sein mag, so wenig Menschen kommen aus Trägheit dazu, sie zu geniessen, weil sie überhaupt nicht „klettern“. Berge sind auch von unten schön, so argumentieren die Faulen. Und diese Bequemlichkeit, die an und für sich schon dem ganzen Wesen des Menschen, ein eigenartiges Gepräge verleicht spiegelt sich auch in der Hand wieder.

Fette, weiche, gewöhnlich konisch oder spitz zulaufende Hände, sind's, die uns entgegen lachen. Die spitzen Finger verraten sinnende Beschaulichkeit: die gleichmässig glatte Form zeigt mangelndes Inreresse an, materieller Ordnung, der Daumen ist nur mässig entwickelt, das Nagelglied kurz, was auf einen leicht beeinflussbaren, willensschwachen Willen schliessen lässt. Die sehr weiche Handfläche zeigt eine kurze Kopflinie, die eine stumpfe Inteligenz bekundet. Die Lebenslinie markiert sich schwach, ist dünn, von fahler Färbung, ein Zeichen von geringer Lebenskraft und Lust.

Der glatte Jupiterberg tritt wenig oder gar nicht hervor Das deutet auf Mangel an Ehrgeiz. Der Faulpelz legt ja auf

alle diese Dinge wie: Ordnung der Lebensweise, Trieb zur Entwicklung de Willens zur Tat wenig Gewicht. Sein Leben ist ein stumpfsinniges Dahindammern zwischen gestern und heute.

7. **Die Sinnlichkeit**: Man braucht einer gesunden. Sinnlichkeit nicht gerade abhold zu sein, soll aber stets soviel Charakterfestigkelt besitzen, sich nicht Herr unseres Tuns, und Denkens, werden zu lassen. Aristip bemerkte einmal sehr treffend in Bezug auf seinen „Lais“. „Ich habe sie, sie aber mich nicht“. Schon der Alte Seneca rät, sich der Sinnesgüter zu bedienen, nicht aber ihnen zu dienen. Doch was fragen die rein sinnlichen Naturen nach Argumenten, was nach philosophischen Weisheitsbrocken? Die Sinnlichkeit will den Genuss. Sie sinnberauschten Hände wollen in fremde Gehege dringen, um immer neue Blumen zu pflücken und sich an ihrem Dufte zu berauschen.

Kurze, glatte, fette, weiche, wollige Hände sind's, die nach diesen Dingen streben; die breite Grundfläche verkündet die materiellen Lebensfreuden. Der nach einer festen Umarmung lüsterne Daumen ist biegsam und kurz, wie die meisten Liebesgenüsse, auf die oft der Ekel folgt.

Und nun die Handflache! Voll und stark wölbt sich über dem Gewirr der Linien und Furchen der von zahlreichen, tiefen Rissen und Gitterlinien durchzogene Venusberg. Vom Jupiter= zum Sonnenberg schlängelt sich der mehr oder minder zerrissene Venusgürtel, der auf unnatürliche Laster schliessen lässt.

Die ziemlich lange Lebenslinie ist gewöhnlich verdoppelt und von rötlicher Färbung. Das Urteil wird noch bestimmter, wenn ein Ast von der Lebenslinie in den Venusberg hinein läuft, was eine besondere Neigung für liiderliche Personen verrät. Das gleiche bekunden feine verästelte Linien, zwischen der Kopf= und Lebenslininie. Die breite, blasse kettenartig gezeichnete und zerissene Herzenslinie verkündet Flatterhaftigkeit und Ungemach in Liebesangelegenheiten.

Lassen wir's damit genung sein.

Ich bin zu Ende. Nun mögen mir Gegner entstehen, die da meinen, ich gebe dem Aberglauben neue Nahrung. Keineswegs.

Es wird niemand dumm gemacht durch den Artikəl über Handdiagnose und es schadet nichts, wenn die lebende Generation von dem Denken und Wissen einer längst dahingegangenen etwas vernimmt. Yielleicht wird dann Nietzsches Geistesrakete das Leitwort vorgeschrittener Psychologie sein: **„Als ob die Hand kein Verräter wäre!“.**

Alphabetisches Verzeichnis der Krankheitszeichen.

1. **Ablagerungen** sind immer vorhanden, wenn die Hände im allgemeinen und die Finger insbesondere hart oder gekrümmt sinn.

2. **Abortus** (gewollt herbeigeführt, Auskratzungen usw) Viertelkreislinie aus der Teilung zwischen Jupiter= und Saturnfinger kommend, bis zur Mitte des Jupiterberges laufend. Tafel 21/47.

3. **Asthma** (Lungenasthma): lange Nägel der Länge nach gewölbt, evlt. Asthmanägel, feuchte Hände. Bild 2/h (Herzasthma): kurze Nägel ev. an den Seiten krallenartig, trockene Häude. Beachte in beiden Fällen Kopf= und Herzlinie, ob sie sich bogenartig zuneigen. Tafel 14/5 Bild 2 b h.

4. **Augenleiden durch Entzündung:** Halbstern am Ende der Kopflinie: eventl. roter Punkt in der Kopflinie. Tafel 16/18.

5. **Angenleiden durch Verletzung:** Stern, roter Punkt oder Ring in der Kopflinie; oder Ring oder roter Punkt an der Wurzel des Sonnenfingers. Tafel 16/17.

6. Bauchschwangerschaft: Tafel 26/78.

7. **Beinschwaeche**: Auffällige Verengung des unteren Teiles des dritten Gliedes am Sonnenfinger. Bild 7/26 punktiert.

8. **Blasenschwaeche** Eine oder zwei Lienen schräg über den Jupiterberg verlaufend. Starke Entwicklung des unteren Mondberges. Tafel 17/19.

9 **Blasenstein oder Griehs** Feine punktartige Verbindungen in der Herzlinie unter dem Merkurfinger. Tafel 20 37.

10. **Blinddarmstörungen**: Kleine Tafel zwischen Lebens= und Kopflinie mit Richtung zum Merkur= oder Marsberg Bild 15/7.

11. **Blutarmut** Blasse Nägel! oft auch bei zu weisser Haut. Blasse Linien.

12. **Blutungen**, zu starke bei Frauen: Schräge Schnittlinien über das unterste Beugegelenk des Merkurfingers, Tafel 22 52.

13. **Verblutung**. Disposition dazu: Eine kleine Figur, wie liegende 8 an der unteren Partie der Lebenslinie mit Richtung auf den Mondberg. Tafel 20/41.

14 **Bronchialleiden**: Nägel, welche ebenso lang wie breit erscheinen, jedoch etwas gewölbt. Kreuz zwischen den Anfängen der Lebenslinie und Kopflinie, ev. dazu gespaltener Zweig auf dem Marsberg Tafel 17/21 Bild 2X. Wo Bronchialleiden oder Halsleiden sind, kommen sekundär immer Unterleibsleiden vor. Wechselwirkung und Polarität. Bild 2/X.

15. **Darmerschlaffung**: Längslinien auf den Nägeln, dünne zerrissene Magenlienien oder Ast von der Magenlinie in den Marsberg. Bild 2/5

16. **Darmfieber**: Blauer Punkt auf dem Ast, welcher aus der Magenlienie kommt und auf dem Marsberg endet.

17. **Darmblutung**: Hemorrhoiden Auf demselben Ast ein roter Punkt.

18. **Eiter im Blut; oder Muskeln** Grünliche Färbung der Nägel.

19. **Eierstockleiden**: Lebenslinie reicht mit ihrem Ende über die Handwurzelmitte hinaus zum Mondberg. Tafel 22/50. Siehe auch Nägel. Bild 2x. Eingriffe bei Frauenleiden siehe unter 2.

20. **Epilephsie**: Kopflinie tief in den Mondberg neigend, Stern auf unterem Mondberg. Zweig im untersten Beugegelenk des Saturnfingers. Tafel 15/8.

21. **Erschlaffung der Mutterbänder**: Linie etwa 2 cm. lang aus dem unteren Beugegelenk des Jupiterfingers kommend und senkrecht am Jupiterberg herablaufend. Tafel 21/44.

22. **Fallneigungen**: Kopflinie tief in den Mondberg verlaufend, macht zu Schwindelgefühl geneigt, durch Blutandrang zum Gehirn, wen der Mondberg stark ist. Durch Blutleere im Gehirn, wenn der Mondberg flach und die Nägel blass sind. Tafel 15/7.

23. **Fehlgeburt**: Kleine, schräge Linien oder Aeste aus dem untersten Beugegelenk des Jupiterfinger kommend mit der Richtung zum Hand rand Tafel 21/43.

24. **Flechten** richtiger **Unreinigkeiten im Blut**: Längslinien mit stellenweisen Verdickungen auf den Nägeln. Bild 2 t.

25. **Fieberdisposition**: en sind vorhanden, wenn sehr viele feine Linien die Handfläche bedecken. Rote Haut, starker Marsberg: fieberische Krankheiten wie: Masern, Grippe, Lungenentzündung usw. Kinderkrankheiten sind angedeutet durch kleine Linien, welche aus dem oberen Venusberg in die Lebenslienie laufen. Bild 25/70 71.

26. **Gellenleiden** Gebrochene Magenlinie, deren untere Stellen dunkler in der Farbe sind. Bild 16/14.

27. **Gallensteine** oder Griehs Kleine, gelbe oder bräunliche Punkte in der Herzlinie unter dem Sonnenfinger Tafel 16/15.

28. **Gelbsucht**: Gelbe Linien, gelbe Nägel. Besonders gelbe Herzlinie.

29. **Gehirnschwäche** kann durch Aufnahme von Arsenik entstehen. Neptunlinie mit weisslichen Metallglanz. Tafel 18/28.

30. **Gehirnnernvenleiden**: (allgemeine): Roter Punkt auf dem Merkurberg.

31. **Gehirnerweichung**. (paralyse) Grosse Tafel i der

Kopflinie (unter dem Sonnenfinger), deren gespaltene Enden sich kreuzen. Manchmal ist diese Tafel in der Form eines zusammengedrückten Vierecks zu erkennen. Ein Vorfahr hatte das Leiden. Wohlvermerkt sei nur, dass der Besitzer dieses Zeichens diese Krankheit nich zu bekommen braucht, wird aber immer starke Kopfschmerzen haben. Tafel 23/58.

32. **Gehirnverkalkung:** Auch diese Personen leiden an starken Kopfschmerzen für gewise Zeit auch Jahre. Später verschinden sie plötzlich. Tafel 15/9. Tafel 26/76a (Arterienverkalkung)

33. **Gehirnschlag**: Tod durch Gehirnschlag. Plötzliches Aufhören der Kopflinien (ohne dass eine Linie dessen Abschluss bildet). Plötzlich endende Lebenslinie zusammen mit dicken, schweren und festen oder harten Händen.

34. **Geburten, — erschwerte**: Nach der Handmitte zugewölbte erste Raszettlinie quastartig endende Herzlinie. Tafel 18/29.

35. **Gifte**, den Körper zugeführte! Neptunlinie. Tafel 18/28
Gifte, ererbte, von Geburt her: wagerechte Neptunlinie. Tafel 22/53.

36. **Halsleiden**: Kleine senkrechte Strichlinien zwischen Kopf — und Lebenslinie: Gabellinie auf Marsberg. Siehe auch Nägel wie unter 14. Tafel 26/77.

37. **Halsoperiation,** Mandeln: Wagerechte Insel auf Jupiter und Saturnberg. Bild 14/5 Siehe auch Nägel wie unter 14 beschrieben und Zeichen für Unterleibsleiden. Bild 2 x.

38. **Harnsäure**: ist immer reichlich vorhanden, wenn ein grosser Mondberg da ist. Daher auch Rheuma. Tafel 18/26.

39. **Haarausfall** besonders bei Franen: übergrosser Jupiterberg. Tafel 23/55.

40. **Herznervenschwäche**: (Neurose) Fehlende oder kleine Nagelmonde. Etwas kettige Herzlinie. Tafel 14/1.

41. **Herz oder Venenschwülung**: Zu breite Herzlinie. Tafel 14/2.

42. **Herzfehler**: Organisch, angeboren: Gebrochene Herzlinie. Tafel 14/3.

43. **Herzfehler:** Organisch, erworben: Kurze senkrechte Strichlinien in der Herzlinie. Tafel 19/34.

44. **Herzkrampf** Disposition: Blauer Punkt oder Fleck in der Herzlinie. Tafel 19 35.

45. **Herzschlag**: Plötzlich unter Saturnberg endende Herzlinie. Tafel 19/36

46. **Hodenleiden**: Tafel 22 50

47. **Irrsin:** Unter dem Saturnberg gespaltene Kopflinie gibt immer eine Disposition dazu, wenn sie in rechter Hand vorhanden ist. In linker Hand ist die Gefahr weniger gross. Tafel 15 10 **Zeichen,** welche diese Disposition entwickeln oder einen Fingerzeig über das Woher geben, Tafel 15/11 Andreaskreuz auf Jupiter: Überreizung **der Kopfnerven. Stern auf Saturn: Körperverletzung durch Unfall.** Gitter auf Sonnenberg: Besessenheit. Stern auf Marsberg: Körperverletzung durch Überfall. Stern auf Mondberg: Fall. Stern aufVenusberg trauriege Libessache Grosse Insel in der zweiten Hälfte der Kopflinie: Starke Kopfschmerzen. Kopflinie zu tief in dem Mondberg: Grübele, Schwermut, Lebesüberdruss oder Krampfanfälle

48. **Knocheschwäche**: Dünne schwache Nägel. Bild 2/27,

49. **Kopfschmerzen**: Ursache vom Magen: Viele kleine Linien im Magenfeld. Tafel 14 4 über und um die Mitte der Kopflinie.

50. **Krampfdisposition**: Wellige Magenlinie, dunkler Punkt auf Saturnberg, missformter Ast auf Magenlinie zum Saturnberg. Tafel 20 40.

51. **Krabskonstitution**: Insel im letztem Fünftel der Lebenslinie oder ein Dreieck an derselben Stelle an der Lebenslinie (Äusen) Tafel 24 64.

52. **Krebsdisposition**: Siehe Krebsnägel. Bild 2 m.

53. **Lähmung**, Disposition: Herzlinie von Rand zu Rand, ohne oder mit Verbindung mit der Kopf — und Lebenslinie. Tafel 19 31 Beachte Nägel mit nach auswärts gebogenen Rändern. Bild 2 n.

54. **Leberleiden**: Gelbe oder gelbliche Haut. Zweiglinie im untersten Beugegelenk des Jupiterfingers, zerrissene Madenlienie. Tafel 16/13. Beachtelmel in der Magenlinie, Vererbungszeichen Bild 15/12. Ausserdem: yebogenes erstes Glied des Jupiterfingers rechte Hand. Bild 3/1.

55. **Lungenleiden**: Imel senkrecht auf dem Jupiterberg, an einer Lienie, welche aus der Lebenslinie aufsteigt. Tafel 15/12 Bild 14/4.

56. **Lungenkraft — und Lungenschwäche**: Sieche Bild 3/9. Maus auf der Oberhand.

57. **Magen nervös**: Viele kleine, feine Linien im Magenfeld Tafel 14/6. Beachte Vererbungslinie in der Magenlinie. Bild 16/15. Ew. auch zweiten noten in Saturnfinger Bild. 3/4.

58. **Magen und Leber**: Tafel 24/61.

59. **Milzleiden**. Disposition hierzu ist gegeben, wenn das erste Glied des Jupiterfingers linker Hand gebogen ist. Magenlinie vom Mondberg kommend: viele kleine Linien und Zeichen auf dem unterem Mondberg. Tafel 17/20.

60. **Nierenlieden**: Nierennägel. Bild 2/1 Magenlinie mit plötzlichen Bruchstellen. Ein auf der Spitze stehendes Quadrat auf dem Mondberg. Tafel 16/14. Karminrote Flecken auf warmen Händen: momentane störungen von Nieren und Herz.

61. **Rheuma**: Grosser Mondberg; zwei kurze senkrechte Linien zwischen Jupiter und Saturnfinger. Tafel 18/26.

62. **Stauungen des Blutes**: Nägel, die Farbe der Linien abwechselnd rot und blass.

63) **Sexualorgane**: Schwäche bei Männern: krumme kleine finger (Merkurfinger) Bild 3/7 Flacher Venusberg. Bei Frauen (Geb== ärmutterleiden, Senkung): Das erste Glied des Merkurfingers nach innen gebogen Bild 3/7. Uterusknickung, Verdickung des zweiten Knotens (zwischen zweitem oder drittem Glied) des Merkurfingers. Bild 3/8.

64. **Verdauangstörungen:** Verdickter Knoten, zwischen zweitem und dritten Glied des Saturnfingers. Bild 3/4. Zerrissene mehrfache Magenlinie. Tafel 16/13. Beachte auch Darmerschlaffung Magenstörungen. Tafel 17/22.

65. **Weissfluss:** Eine 1 bis 2 cm. lange Linie auf dem Jupiterberg von, der Gegend der Herzlini nwendung kommend und nach d r Mitte des Jupiterfingers verlaufend ohne das Beugegelenk zu berühren. Dasselbe Zeichen gilt auch für Harnröhren katarrh. Siehe unter 38. Tafel 22/49.

Gutes Ende erst entscheidet...!

Welche Mühe und Sorgfalt wird von der Mehrzahl der Menschheit darauf verwendet, etwas „gutes“ zu essen und etwas „gutes“ zu trinken. Gar keine Sorgfalt aber schenken die lebenslustigen Geniesser der Hygiene der Entleerung. Dieses Kapitel ist noch wichtiger, als die gastronomische Hygiene der Magenfüllung. Jeder der in seinem Beruf körperlich nur wenig beschäftigt ist, muss auf dieses Kapitel grosse Sorgfalt legen. Die Importhäfen werden gepflegt und die Exporthäfen werden vernachlässigt, das ist der Regelfall. Was dieser Zustand im Wirtschaftsleben, mit sich bringt, weiss jeder. Viel schlimmer aber wirkt sich die passive Kräftebilanz im Freistaat des Leibes aus. Wer nicht täglich mindenstes einmal Stuhl hat, ist krank und wird bald noch kränker werden. Sie sollten jeder kleinen Darmregung verständnisvoll, ohne Rücksicht auf konventionellen Schlendrian, nachgeben und immer gleich alle Darmgase (Winde) aus dem Körper hinausbefördern. Das ist organische Naturnotwendigkeit, die ohne Schaden vernachlässigt werden kann. Erachten Sie es darum unter ihre Würde, von nun an der Konvenienz weitere gesundheitsfeindliche Opfer zu bringen Eine Vernachlässigung der Entleerung bringt unzählige Krankheiten mit sich. Die Verstopfung ist eine Kulturkrankheit, an der wohl 95 Prozent der Menschheit leidet. Hauptsächlich macht

hier die Kost sehr viel, so wie die oft schauderhafte Vernachlässigung des Darmes. Dann und wann ist es wohl nötig, mit Klistieren vorsichtig nachzuhelfen. Zu solchen Einläufen nehmen Sie am besten mundwarmen Kamillentee, niemals aber werwenden Sie dazu Seife (aus Tierfetten hergestellt), Glyzerin, Salzwasser (wenn ärztliche Vorschrift, nur ganz schwach) oder derartiges, auch nie kaltes Wasser. Zum Klistier sollten Sie jedoch nur im Notfall greifen, wenn die mit Kot und Schleim versteiften Darme durch diätetische und Abführmittel nicht mehr zu Arbeit anzutreiben sind. Bei Ernährungsumstellung (Rohkost und wegetarische Diat) sind Därmbäder unerlässlich Bei der jetzigen Europakost sollte auch jeder dann und wann (wenigstens alle sechs Monate) das Wasser (Urin) untersuchen lassen, weil durch die Harnuntersuchung rechtzeitig vielen Krankheiten vorgebeugt werden kann. Kleinere Exporthäfen besitzt auch die Haut, unter der gerade zuerst die ekelhaften Abfallstoffe, die der Körper nicht bewältigt aufgespeichert werden Sie helfen hier verständnisvoll dem Körper nach, indem sie vielleicht alle vierzehn Tage tüchtig schwitzen. Durch diese Prozedur werden viele Fäulnisstoffe, Schmutz Selbstgifte usw. aus dem Blut und Lymphsystem fortgeschafft. Nach dem Shwitzen sollten Sie unbedingt den Körper unter der Bettdecke mit einem Frottierhandtuch tüchtig abreiben (Vorsicht vor Erkältung), mit einem guten Hautpflegeöl im durchwärmten Zimmer den Körper gut einreiben und nachher vollständig frische Wäsche tragen.

Über die Wechseljahre des Mannes!

Beim Lesen dieser Überschrift werden wohl viele unserer Leser stutzig sein. Wie Wechseljahre des Mannes? Davon haben wir noch nichts gehört! Und allerdings wollen wir schon von vornherein gleich zugeben, dass von Wechseljahren des Mannes im Sinne derjenigen der Frau natürlich nicht die Rede

sein kann. Aber man darf das Wesen der Wechseljahre nicht nur in seinen engsten körperlich lokalisiertesten Sinne verstehen. Dass z. B. gerade bei der Frau die Wechseljahre auch starke seelische Einwirkungen bis hin zu Hysterei verursachen; ist genügend bekannt. Fragt man sich, was diese Jahre in ihrem umfassendsten Sinne dar tellen, so wird man unschwer sagen können, dass sie eine deutliche Zäsur, einen spürbaren Übergang eins Alter bedeuten. Sehen wir aber den Mann an, so werden wir finden, dass auch er wenn zwar nicht in dem gleichen Masse, in denselben Jahren die ersten Alterserscheinungen an sich wahrzunehmen pflegt und selbstveständlich auch nach der seelischen Seite hin dadurch mit beeinflusst werden muss, nur dass sich dies Letztere bei ihm meist in der Weise äussert, dass er plötzlich noch einmal „zur Torheit“ erwacht, ungestüm nach den Freuden des Labens verlangt, zuweilen in geradezu erstaunlichem Masse unternehmungslustig wird, weite Reisen plant, sich in sogen. Vergnügen stürtzt und dergl mehr Mann könnte diese Periode fast die Pubërität des Alters nennen.

Da diese genannten Erscheinungen nun immerhin, wenn auch in körperlich etwas schwächerem Anklang, dem Klimakterum der Frau parallel gehen, so sollte man auch letzten Endes von Wechseljahren des Mannes sprechen dürfen, und zwar auch noch aus einem offenbaren Vorteil heraus, der daraus entsteht. Wenn nämlich zugegeben wird, dass der Mann in diesen Jahren eben so im Begriffe steht, in das Alter hinüberzuwechseln wie die Frau, so wird er sich leichter und intensiver dazu bewegen lassen, den Alterserscheinungen vorzubeugen. denn wo ein klarer Begriff ist, da können eben auch klare Verhaltungsmassregeln aufgestellt werden, und darauf kommt es ja im Durchschnitt an. Mit anderen Worten, die Sachlage mündet in die Frage: Wie bleibe ich so lange wie möglich jung und elastisch?

Dass man dies nicht durch hellfarbige Anzüge und durch Schlankheitsgürtel erreicht, dürfte klar sein. Es gilt vielmehr, von innen heraus nach Verjüngung zu streben. Insbesondere handelt es sich darum, die Drüsen der sogen. inneren Sekretion zu regenerieren und anzukurbeln. Die Aufgabe, die man sich zu stellen hat, besteht praktisch gewissermassen aus zwei

Teilen: einmal heisst es, die Verschlakungen im Körper und die Hemmungen der Drüsentätigkeit zu beseitigen, und zum andern muss die Funktion der Organe, insbesondere wiederum die der Drüsen gesteigert werden.

Zunächst gilt es vor allem, an den „Vater allen Übels“ zu denken: den Magen! Man wird nämlich finden, dass die Manner im fünften Jahrzehnt fast ausnahmslos irgend welche Magen—und Verdauungskrankheiten haben. Allerdings wird dies oft durch Bier- und Alkoholgenuss stark verschleiert, da diese Getränke meist eine eicht abführende Wirkung haben. Nichtsdestoweniger aber befinden sich im Alter die Verdauungswerkzeuge fast stets und zumindestens in einen gewissen Reizzustand. Diesen Krampf gilt es zu lösen. Das einfachste und zugleich umfanssendste Rezept kann an diesem Punkte nur lauten, dass man sich der ekonomischsten Nahrung befleissigen solle d. h. derjenigen Nahrung, die am wenigsten Schlacken im Körper zurücklässt und noch die volkommenste Zusammenstellung aller lebensnotwendigen Nahrstoffe bietet. Das aber ist erfahrungsgemäss die Pflanzenkost. Ein allmählicher Übergang zu, Vegetabilen Ernährung ist deshalb unbedingt zuraten. Dass die vegetabile Nahrung die Drüsentätigkeit mächtig anregt, sei ausdrücklich betont. Wer nicht vom Fleisch lassen kann oder will, der entsage wenigstens dem Schweinefleisch, das bekanntlich von allen Fleischsorten am minderwertigsten ist, den grössten Verschleiss der Körperorgane verursacht und auf sie geradezu wie eine Beize wirkt.

Nicht minder wichtig ist es, regelmässige Entleerungen zu haben. Ist die Verstopfung an sich schon ein schlimmes Übel, so ist sie es im Alter doppelt und dreifach! Es leuchtet im übrigen auch ein, das die Aussfuhr aller verbrauchten Stoffe stets eine Entlastung für den Körper bedeutet und um so besser mit zur Jungerhaltung beitragen muss, je gründlicher und schneller sie diese Abfälle zum Körperhaus hinausbefördert. Ein regelmässiger Turnus von Schwitzbädern hat sich daneben für Wechseljahre des Mannes als sehr günstig erwissen.

(Fortsetzung folgt.).

Polecamy następujących lekarzy praktycznych, u których się członkowie „Dobro Ludu“ mogą bezpłatnie leczyć:

KATOWICE:

1) **Dr. med. Ignacy Wiesner,** specjalista w chorobach wewnętrznych i lekarz praktyczny, b. lekarz kliniki wewnętrznej we Wiedniu, Katowice, ul. 3-go Maja 7; tel. 334-54; godz. przyjęć; od 9 — 12 i 3 — 5.

2) **Dr. wszech nauk lekarskich J. J. Herwich,** lekarz homeopata, przyjmuje w chorobach wewnętrznych i kobiecych, Katowice ul. 3-go Maja 40, tel. 338-65; godz. przyjęć: od 10 — 12 i 3 — 5.

3) **Dr. Henryk Appel,** b. operat. kliniki Hajeka i Neumana we Wiedniu, specjalista chorób uszu, gardła, nosa i krtani Katowice, ul. Dyrekcyjna 6; tel. 321-42; godz. przyjęć: 9 — 12 i 3 - 6.

CHORZÓW I.:

5) **Dr. Norbert Jakobi,** lekarz praktyczny, chorób kobiecych i akuszerji, Chorzów I. ul. Wolności 8; tel. 406-96.

KOPALNIA EMY:

6) **Dr. Budniok Franciszek,** lekarz praktyczny, Kop. Emy; godz. przyjęć: 9 — 11 i 14 – 15½.

RYBNIK:

7) **Dr. Leopold Kohlberg,** lekarz praktyczny, Rybnik, ul. Korfantego 4; tel. 179.

RADZIONKÓW:

8) **Dr. Czesław Szolin,** lekakrz pratyczny, Radzionków.